

www.trome.com
facebook.com/tromepe @tromepe
Trome
AÑO 24 | Nº 8677
JUEVES 24 DE JULIO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

EDICIÓN ESPECIAL

Páginas 11 y 12

ALIANZA

JUGÓ UN PARTIDAZO, EMPATÓ 1-1 CON GREMIO Y AVANZA EN LA COPA SUDAMERICANA

CON CORAZÓN PARA EL PERÚ

'PIRATA' BARCOS ANOTÓ GOLAZO Y AHORA EL RIVAL SERÁ UNIVERSIDAD CATÓLICA DE ECUADOR

JOSÉ LUIS GIL PIDE A GOBIERNO QUE CONTRATE A POLICÍAS EN RETIRO

¡PAREN EXTORSIONES A BUSES!

PÁGINA 8

FERIAS LA ROMPEN EN TODO EL PAÍS

TAMALITOS, CUY Y ADOBO POR FIESTAS PATRIAS

PÁGINA 9

7 755767 006798

ENCUESTA



SÍ 19%

NO 81%

AYER

¿Votaría por Alfonso López Chau para la presidencia de la República?

HOY

¿Cree que Alianza Lima puede ser campeón de la Copa Sudamericana?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Viven quejándose de todos (la Municipalidad de Lima), echándole la culpa a los demás, en vez de asumir que son el gobierno edil y deben trabajar. Se les acaba la gestión y no hay nada que mostrar. Más que Porky, le deberían de decir Kiko por todo lo que lloriquea".

RAFAEL BELAUNDE (EX MINISTRO DE ENERGÍA)



"La situación del presidente de la Junta es indefendible. Su permanencia afecta la institucionalidad democrática del país. Para el gobierno y el Congreso, requisito para ocupar un cargo es ser dúctil y un prontuariado".

PEDRO CATERIANO (EXPREMIER)

DÓLAR

3.54	3.57
COMPRA	VENTA

EURO

4.24	4.26
COMPRA	VENTA

CLIMA

MÁXIMA	MÍNIMA
19°	16°

trome

Editor General: José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: 311-6500.

Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992

Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA





VIAJE TRANQUILO POR FIESTAS PATRIAS

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por una cachemita frita servida con arrocito, ensalada y yuquita sancochada. Para tomar pidió una jarrita de emoliente tibiecito. **"María, más de un millón de peruanos saldrán de viaje por los feriados de Fiestas Patrias, algunos fuera del país y otros a provincias.** Muchos usarán distintos medios, como los buses interprovinciales, aviones o en su propia movilidad. Los lugares preferidos son Ayacucho, Arequipa, Cusco, La Libertad, Lambayeque, Piura, Ica y Tumbes. La Policía ha desplegado a miles de efectivos en las carreteras y en diversas ciudades para dar seguridad a la población. Sin embargo, es preciso recordar a los usuarios que no tomen buses informales, esos que salen de paraderos no autorizados o recogen gente en la calle.

Gaste un poquito más y vaya cómodo y seguro. Muchos de esos ómnibus tienen de choferes a gente que no descansa lo suficiente o manejan ebrios. Es más, las unidades no tienen el debido mantenimiento y es posible que se malogren en pleno trayecto. Y si va a viajar en su propio carro, antes hágale un mantenimiento. Cambie aceite, revise las llantas, los frenos, bujías, batería y el sistema eléctrico. Y, sobre todo, no sea correlón. **Maneje tranquilo, descansado y alerta.** No adelante a nadie en una curva ni haga maniobras temerarias. Si va a manejar, la noche anterior descanse bien y no tome licor. Conozco algunos amigos que cada vez que salen se pelean con otros choferes por tonterías. No haga problemas, no toque el claxon ni apure a nadie. Uno nunca sabe con qué loco se encontrará. Recuerde que está viajando con su familia y el objetivo es pasarla bien. Haga a tiempo las reservaciones de hotel y tours. Lleve dinero para pagar las comidas y cargue los celulares. **No se detenga en el camino y, si le vence el sueño, vaya a un hotel cercano y duerma. Una sola pestañeada puede ser fatal.** Asimismo, tenga a mano los números de emergencia, grúas de los concesionarios, Policía, hospitales o ambulancias, por si ocurre un accidente". Gary tiene razón. Me voy, cuídense.

KARRY



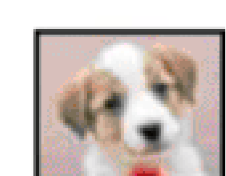
LOS 'TUITS' DEL DÍA





@AntonioZor39375
ANTONIO ZORRILLA

Por muchas razones, Agustín Lozano debe irse de la Federación. Con este sujeto todo fue retraso. Todo fue fracaso, pero además debe investigarse su gestión, que está enlodada de hechos ilícitos.



@perrocondueno
PERRO CON DUEÑO

Totalmente de acuerdo. Gino Ríos debe renunciar de inmediato. Un sujeto que cuenta con una sentencia condenatoria no puede seguir ni un día más siendo el presidente de la Junta Nacional de Justicia.

HABLAN LOS TROMES

Dieta saludable

Desde hace diez años ya no tengo vesícula ni apéndice. Por eso, no asimilo bien las grasas y no puedo comer lo que el resto de la gente. Es complicado a veces. Por eso siempre recomiendo comer sano, sobre todo verduras, frutas y nada de azúcar. El grueso de las personas consume grasas trans, come en la calle o se atiborra de frituras y cremas. Así, su organismo sufre y en un tiempo necesitará un médico.

Darío Manosalva Arreán
Vecino de Lince

Hay varios productos nocivos para el organismo humano: las grasas en exceso, las gaseosas, el licor, el cigarro y las comidas recalentadas. Ingiera más verduras, frutas, tome agua y aléjese del estrés. Viva mejor para poder disfrutar de su familia.

El frío no se va

Aún hace mucho frío en Lima y el resto del país. A veces sale sol, pero es engañoso. Abríguese, sobre todo en las tardes y noches. Y no se descuide de los niños y ancianos. Yo, que viajo en bus, veo a mucha gente con gripe y que estornuda en un ambiente cerrado. Deberían usar mascarillas como en la pandemia. Hay que consumir alimentos con mucha vitamina C que previene los males bronquiales.

Raúl Doroteo Mejía
Vecino de Comas

Las temperaturas en Lima oscilarán entre los 18°C y los 14°C, según el Senamhi. La humedad se sentirá con mayor porcentaje en distritos alejados del mar, como Carabayllo, Villa María del Triunfo o Cieneguilla. A cuidarse mucho y abrigarse.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717



JAVIER CLEMENTE (57)

✱FUERA DE MERCADO

Mafia asesinó a vendedor ambulante

De múltiples disparos dos sicarios de una mafia de extorsionadores asesinaron a un comerciante ambulante de verduras en su puesto de venta, fuera del Mercado Nueva Esperanza, en Villa María del Triunfo.

A las 2:30 de la tarde, el asesino acribilló a Javier Clemente Rojas (57) ante testigos que tuvieron que esconderse detrás de sus carretillas para salvaguardarse. Herido, fue llevado al hospital, pero llegó cadáver. En su fuga un pistolero realizó dos disparos al aire. 'Alonso', cabecilla de una red de extorsionadores, habría ordenado a sus sicarios matar al vendedor de verduras.

Los extorsionadores le cobran 60 soles a los comerciantes del interior del mercado y 30 soles a los ambulantes. Clemente se suma a la lista de víctimas de la mafia. (E. C.)

✱'CHUCK', 'CHINA' Y 'MAQUITA'

Caen 3 por robar celulares



Detectives Antirrobos y serenos capturaron a tres miembros de una banda que robaba celulares, en el Cercado de Lima. Gracias a las cámaras, capturaron a José Carrero Bellarín (31), 'Chuck'; Jonathan Figueredo Cintillo (21), 'Maquita', y Yenny del Pérez Belmonte (25), 'China', en la avenida Arenales. Tenían dos motos. (E. C.)

✖SIETE MIEMBROS DE BANDA 'LOS D.E.S.A.', ENTRE ELLOS DOS MUJERES, CAYERON EN CUATRO DISTRITOS



✱EN CARABAYLLO

HAMPONES PEDÍAN CUPOS A CHOFERES DE 'LOS LORITOS'

A su fin llegaron las fechorías de una temible banda que extorsionaba a los choferes de la empresa de transporte público 'Los Loritos', que cubre la ruta Huaycán-Pachacútec. Los obligaban a pagar 500 soles diarios de cupo y 10 soles por cada unidad. Siete miembros de esta mafia fueron detenidos en Puente Piedra, Carabayllo, Ate Vitarte y Cañete.

Tras la valiente denuncia de una víctima, detectives de la División Antisecuestros ejecutaron un operativo para desarticular a la red criminal 'Los D.E.S.A.', que desde mayo extorsionaba a la empresa 'Los Loritos'. Maricielo Yoryeth Torres Donayre, 'Chata', titular de la cuenta en la que se hacían los depósitos de cupos, fue la primera en caer. Estaba en Cerro Azul.

Dos horas después fue detenido Gustavo Adolfo Romero Sánchez (41), 'Davo', en Zapallal. Acorralado por las evidencias, delató la ubicación de sus cómplices y el vehículo en el que se desplazaban. Así se arrestó a Antony Nieves Vega (32), 'Lolo'; Félix Cámara Román (23), 'Pelao', y Karina Angelina Espino Flores (18) en la avenida Saco Rojas, Alameda San Juan. En el auto tenían una caja de municiones y dos cartuchos de dinamita.

Luego fue atrapado Jans Jeyson Tangoa Fasano (21), 'Jans'. Con su celular atemorizaba a los transportistas.

El venezolano Wilber Jesús Montero Sivira (24), 'Carnicero de Ceres', también integraba esta banda. Fue detenido en Las Palmeras. Tenía dos celulares. La mafia igualmente extorsionaba a los dueños de la empresa Maira Import dedicada a la importación. (E. Cirilo)



✖LOS OBLIGABAN A PAGAR 500 SOLES DIARIOS

✱EXTORSIONADORES

Detonan bombas en tienda y casa de empresario

En menos de dos horas, delincuentes extorsionadores detonaron explosivos en una tienda de venta de mototaxis y en la vivienda del dueño de boticas, en Comas, para obligarlos a pagar cupos de 30 mil y 25 mil soles.

A la 1:40 de la madrugada, un encapuchado dejó un explosivo en el local de la avenida 22 de agosto, cerca de un local municipal, y segundos después se escuchó una explosión.

A las 3 de la madrugada, desconocidos atacaron también con explosivos una vivienda en el jirón Colmena, que causó destrozos en la fachada. Los agraviados denunciaron haber sido amenazados por los extorsionadores. (E. Cirilo)









CONECTA RETAIL S.A. - RUC 20141189850

¡BUENOS PRECIOS EN CUOTAS CHIQUITAS!



RACK FIJO (32" A 80") + INSTALACIÓN DE TV A DOMICILIO
8000000750
S/139

iFFALCON by TCL

65U65
- TV 65" UHD 4K SMART GOOGLE
- Sintonizador digital ISDB-T
- HDMI X 3 y USB X1/ Bluetooth

PRECIO OFERTA **S/ 1,499**



MICROSOFT 365 PERSONAL+ ANTIVIRUS KASPERSKY + ASIST. TECNOLÓGICA 6 MESES
8000000560 / 8000000833
S/399



Lenovo

83ER002HLM
- Procesador Intel Core i5
- Disco Sólido 1TB
- 16GB RAM

PRECIO OFERTA **S/ 1,999**



ANTIVIRUS MCAFEE TOTAL PROTECTION PARA CELULARES
8000001575
S/39.90

SAMSUNG

CELULAR GALAXY A26
SM-A065MZKALTP
- Almacenamiento: 128GB + 6GB RAM
- Cámara Principal: 50MP+8MP+2MP
- Cámara Selfie: 13MP

PRECIO OFERTA **S/ 999**



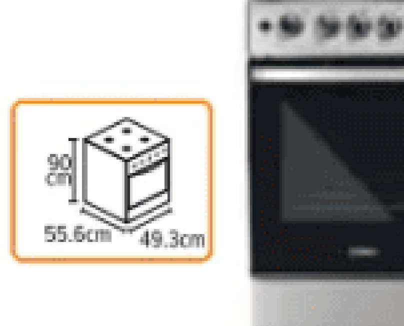
GARANTÍA PLUS POR 1 AÑO ADICIONAL
GEXPLUSEQU11
S/125

TCL

PARTY SPEAKER
TP200K
- Refuerzo de graves.
- IPX4 antisalpicaduras.
- Estéreo verdaderamente inalámbrico.

PRECIO OFERTA **S/ 699**

20"



BASE COCINA + VÁLVULA DE GAS PREMIUM + INSTALACIÓN PLUS DE COCINA
S/179

Coldex

CX 505 PLUS
- Parrilla de hierro fundido.
- Encendido eléctrico total: mesa y horno.
- Quemadores sellados multitamaños.
- Paredes de horno con revestimiento "Limpia fácil"

PRECIO OFERTA **S/ 699**



RECORD

COMBO TETERA LETIZIA
1.9LT + TERMO BOMBA 1.9LT
P108040018
- Acero inoxidable.

PRECIO OFERTA **S/ 109**

EN Efectiva Tu financiera

¡QUEREMOS PREMIARTE!



Inscríbete y participa en el sorteo de

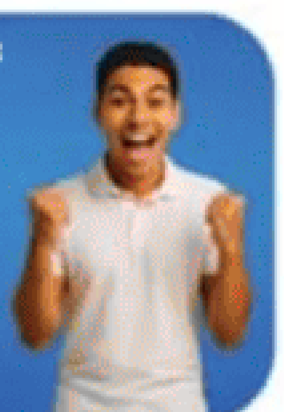
20 SMART TV HYUNDAI DE 40"

Vigencia del 16 de julio al 31 de agosto de 2025



ESCANEA ESTE CÓDIGO QR Y PARTICIPA GRATIS



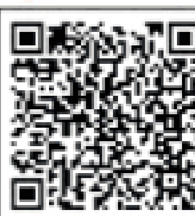


CONDICIONES GENERALES: Vigencia del 24 al 27 de julio del 2025 o hasta agotar stock. Stock mínimo: 10 unidades por Sku a nivel nacional, válido solo en TIENDAS EFE a nivel nacional, excepto plataforma web. Las promociones no son acumulables ni transferibles. No válido para venta mayorista. Aplica solo para compras con crédito de Financiera Efectiva. El otorgamiento del crédito está sujeto a evaluación crediticia. El valor final de la cuota y TCEA podría variar en función a la evaluación crediticia, fecha de desembolso y facturación. T.E.A máxima hasta 112.98% según tarifario vigente. Financiera Efectiva no se responsabiliza por la idoneidad de los productos adquiridos mediante su crédito. Los descuentos se aplicarán sobre el precio del producto adquirido al crédito con Financiera Efectiva. Los celulares no se encuentran comprendidos en la categoría Electro. **Promociones en Electro con Efectiva:** Por compras desde S/ 999 hasta S/ 1,298 en Electro, llévate un descuento de S/ 50. Por compras desde S/ 1,299 hasta S/ 1,999 en Electro, llévate un descuento de S/ 150. Por compras desde S/ 2,000 a más en Electro, llévate un descuento de S/ 200. Promociones línea blanca marca Coldex y Bord y Televisores marca Hyundai: Por compras desde S/ 799 hasta S/ 998, llévate un descuento de S/ 50. Por compras desde S/ 999 hasta S/1,498, llévate un descuento de S/ 100. Por compras desde S/ 1,499 a más , llévate un descuento de S/ 200. **Promociones celulares:** Por compras de celulares de las marcas Samsung, Oppo o Motorola, llévate los siguientes descuentos: Por compras desde S/ 799 hasta S/ 1,298, llévate un descuento de S/ 50. Por compras desde S/ 1,299 hasta S/ 2,498, llévate un descuento de S/ 200. Por compras desde S/ 2,499 a más, llévate un descuento de S/ 500. Por compras de celulares SAMSUNG modelos Galaxy A36 y A56 en los siguientes skus: SM-A366EZKALTP / SM-A366ELVALTP / SM-A366EZKFLTP / SM-A366ELVFLTP / SM-A566EZKBLTP / SM-A566ELIBLTP / SM-A566EZKFLTP / SM-A566ELIFLTP,llévate un descuento de S/300. Ejemplo explicativo: Para un monto financiado de S/ 1,000 a 12 meses con inicial de S/ 0, la cuota mensual será de S/ 123.47, que incluye Seguro de Desgravamen Multiproducto básico (sin devolución) con una tasa mensual de 0.400%, total intereses S/ 453.70 y TCEA 122.79%, afecta a ITF 0.005%. Opcional: La prima mensual del Seguro de Desgravamen Multiproducto con Devolución es 0.718%. En caso el cliente opte por contratarlo, la TCEA podría variar. El seguro de desgravamen con devolución aplica solo para créditos con plazos mayores o iguales a 24 meses. Consulte tarifario vigente en: www.efectiva.com.pe o en sus oficinas de atención al público.**FINANCIERA EFECTIVA S.A. con RUC N° 20441805960. Promoción EFECTIVA:**Vigencia del 16/07/2025 al 31/08/2025. Stock de premios: Gana uno de los 20 TV HYUNDAI de 40" (SKU: HYLED4027RIM). Solo un premio por ganador. Promoción válida a nivel nacional para clientes y no clientes, mayores de 18 años, que durante la vigencia del sorteo haya registrado sus datos personales y otorgado su consentimiento, haciendo un clic, en el botón "Acepto el tratamiento de mis datos personales para fines adicionales", a través de la landing de captación de datos: www.efectiva.com.pe/landing-captacion-de-datos/. Fecha del sorteo 08/09/2025. Para mayor información revisar términos y condiciones: https://www.efectiva.com.pe/promociones-y-campanas/consentimiento-de-datos-julio/

DESCARGA LA APP Y ENCUENTRA MÁS OFERTAS

Google Play







1 PREMIO DE 20,000 SOLES 8 PREMIOS DE 5,000 SOLES 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 900 PREMIOS DE 50 SOLES

Hazla linda estas Fiestas Patrias con el ... BINGO BICOLOR trome

EJEMPLO: ¡GANASTE S/20,000!

PEGA LOS CUPONES EN LAS CARTILLAS

PLATTA EN FIESTAS PATRIAS

TENEMOS PREMIOS DE MIL Y 5 MIL SOLES PARA QUE DISFRUTES CON LA FAMILIA

La promoción Bingo Bicolor regala más de 200 mil soles en premios en efectivo. Aún tenemos montos de mil y 5 mil soles que pueden ser tuyos, con solo pegar los cupones en las cartillas. Con esa platita pasarás unas lindas Fiestas Patrias.

Ojo que con una sola jugada te puedes llevar dinero calientito a tu casa. De lunes a viernes entregamos seis cupones, mientras que los sábados y domingos salen ocho. ¡Con un poquito de suerte podrás celebrar estos feriados con los bolsillos llenos!

ASÍ SE GANA

- **Los lunes** recibirás una cartilla gratis con Trome.
- **Como son diferentes,** mientras más tengas mayores chances de ganar.
- **Los cupones** se publicarán todos los días. De lunes a viernes son seis. Los sábados y domingos serán ocho.
- **Para ganar,** completa con los cupones una columna de cinco espacios de una letra de BINGO.
- **Te llevas** los 20 mil soles si llenas los cinco casilleros de la B.
- **Los 5 mil soles** serán tuyos al completar los recuadros de la letra I.
- **Las letras N, G y O** también tienen premios.

COBRA AL TOQUE

- **Los ganadores en Lima Metropolitana** de 50 y 100 soles deben ir con su canillita de confianza para validar su cartilla.
- **Para premios de mil soles o más** deberán acercarse al **jirón Paracas 530, Pueblo Libre, los martes y jueves.**
- **Los ganadores de provincias** deben ir a la agencia más cercana.

SÚPER LLAMADA

Este domingo sale el ‘Reventón semanal’

Trome no para de premiar ni en los feriados. Este domingo no te quedes y participa en la ‘Súper Llamada Ganadora’, pues sorteamos el ‘Reventón semanal’ de ¡mil 500 soles calientitos! Con esa platita podrás compras un regalito para los tuyos. Ah, no te olvides que de lunes a sábado regalamos un premio diario de 200 soles. Solo debes inscribirte llamando al **710-0260** o ingresando a **trome.com**, de 6 de la mañana a 4 de la tarde.

Ayer, Julia Cusicanqui, de San Isidro, se llevó los 200 soles de la jornada con el ‘número de la suerte’ 3074120.



HASTA EL 31 DE JULIO

Reniec amplía horarios

El Reniec informó que el 31 de julio próximo culmina la extensión de su horario de atención en nueve de sus agencias de Lima para trámites y entregas del DNI.

Hasta esa fecha se aplicará la ampliación de los horarios desde las 7:45 de la mañana, para recojo y entrega.

CON ESTAÑO

Alerta por pastas dentales



Una alerta sanitaria sobre posibles efectos adversos con el uso de cremas dentales que contienen fluoruro de estaño, realizó la Dirección General de Medicamentos, Insumos y Drogas (Digemid).

Este ingrediente está presente en 14 pastas dentales autorizadas en el Perú. La advertencia se basa en reportes de la autoridad sanitaria de Brasil (Anvisa).

Los efectos adversos incluyen lesiones bucales (aftas, llagas y ampollas), dolor, ardor, escozor, hinchazón de labios o encías, sensación de entumecimiento e irritación en la boca y lengua.


¡Trome sí que reparte platita!
Gana tú también con el...
BINGO BICOLOR
trome
Ana María
JESÚS MARÍA
Premio de
S/. 50
Gonzalo
SURCO
Premio de
S/. 100
Hector
AREQUIPA
Gift Card de
S/. 50
Edwin
LA VICTORIA
Premio de
S/. 100
Fredy
AREQUIPA
Gift Card de
S/. 100
David
AREQUIPA
Gift Card de
S/. 50
Carlos
SURCO
Premio de
S/. 100
Mike
AREQUIPA
Gift Card de
S/. 100
Richard
AREQUIPA
Gift Card de
S/. 100
trome
Siempre te da más
EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC 20143229816



*PARA COMBATIR AL HAMPA

PIDEN A DINA CONTRATAR A POLICÍAS EN RETIRO

POR: JOSÉ M. CARMEN

JOSÉ LUIS GIL

JOSÉ LUIS GIL RECOMENDÓ AL GOBIERNO ASIMILAR A EFECTIVOS Y MILITARES A FIN DE CAPTURAR A BANDAS DE EXTORSIONADORES

El asesinato de conductores del transporte público, a causa del crecimiento de los delitos de sicariato y extorsión a las empresas de este rubro, puede combatirse y reducirse si el Ejecutivo recontrata a personal en retiro de inteligencia de la Policía y las Fuerzas Armadas, lo cual permitiría hacer un mejor seguimiento de estos criminales. Así lo indicó a Trome el exmiembro del GEIN, José Luis Gil.

"La estrategia policial necesita trabajar con inteligencia. El Estado debe recontratar a los agentes de inteligencia que estén en retiro, tanto de la Fuerza Armada como de la Policía. Necesitamos agentes de inteligencia en las calles. Los que tenemos actualmente son insuficientes, pues a la vez deben hacer la investigación. Eso ocupa mucho tiempo", señaló.

Dice que se necesitan más agentes de inteligencia

Gil sostuvo que así si el gobierno realiza esta acción, el siguiente paso sería 'hacer un mapa de calor para saber dónde están los principales problemas, para poder capturarlos. No podemos poner mil policías en los buses, pero sí identificar de dónde son o dónde están (los delincuentes)'.

"Criminal que sube a un bus, lo hace porque sabe que nadie lo está siguiendo, que no está mapeado, que no hay una organización que lo está buscando, y eso le genera impunidad. Necesitamos que los criminales sepan que hay Policía especializada que los sigue, en especial a los que matan microbuseros".

CON NORMALIDAD

La ATU informó que hoy y mañana los servicios del Metro, el Metropolitano, los corredores y el Aero-Directo funcionarán con normalidad.

ANUNCIAN PARO

→ **Miguel Palomino,** presidente de la Asociación Nacional de Conductores, aseguró que el paro convocado para hoy y mañana será acatado por los choferes de las empresas que son extorsionadas.

→ **Por su parte, Julio Campos**, vicepresidente de la Alianza Nacional de Transportistas, aseguró que ellos realizarán una 'jornada de lucha' el 26, 27 y 28 de julio.

*POR TREN LIMA-CHOSICA

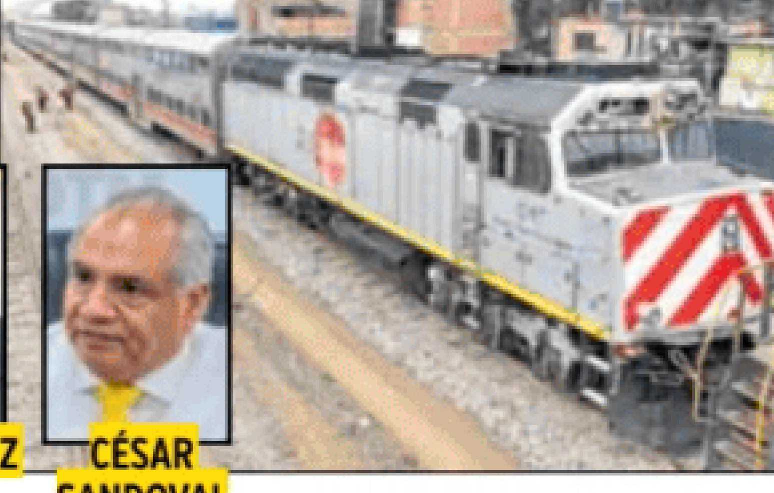
'Porky' reclama a Dina que bote a ministro

El alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, emplazó a la presidenta Dina Boluarte para que retire a César Sandoval como ministro de Transporte, porque declaró que el 'tren de Porky' no funcionará este año.

"Hemos sido testigos de que el ministro ha demostrado no tener conocimiento en la materia y además carece de absoluta falta de voluntad política para sacar adelante este servicio público de transporte urbano de pasajeros con los trenes recientemente donados", señaló.


RAFAEL LÓPEZ ALIAGA

CÉSAR SANDOVAL



Agregó que: "En ese sentido, le solicito tenga a bien evaluar la permanencia de Sandoval en la cartera, así como interponer sus buenos oficios para que un servidor público, como lo es un ministro de Estado, ejerza sus capacidades en beneficio de la población".

En un mitin en Chaclacayo repitió sus pedidos ante la gente.

*KELLY PORTALATINO

Regresa con Cerrón

La parlamentaria Kelly Portalatino optó por dar marcha atrás en su salida de la bancada de Perú Libre y ayer anunció que retornará a la agrupación liderada por Vladimir Cerrón.

En su cuenta oficial de X (Twitter), Portalatino dijo que su salida 'fue precipitada' y no abandonará sus convicciones por temas personales.



*POR VIOLENCIA FAMILIAR

Junta solicita expediente de Gino Ríos

La vicepresidenta de la Junta Nacional de Justicia, María Cabrera, solicitó a la jefa del Poder Judicial, Janet Tello, que le envíe una copia certificada del expediente con la sentencia por violencia familiar psicológica del titular Gino Ríos Patio.


GINO RÍOS

Cabrera envió este documento como respuesta al pedido de los legisladores Héctor Acuña (Honor y Democracia) y Susel Paredes (Bloque Democrático Popular), que pidieron la vacancia de Ríos.

"Solicito se sirva disponer la remisión de la copia certificada de la totalidad del expediente judicial", dice el documento.


MARÍA CABRERA

*SON 168 AUTOS, ALGUNOS DE ALTA GAMA

Critican carrazos para generales de la Policía

La autorización de la Comandancia General de la Policía para adquirir 168 vehículos de alta y media gama, por 17 millones de soles, genera críticas.

Dentro de ellos figuran 8 camionetas Audi Q5 para tenientes generales y 40 Toyota RAV4 para generales.

El exdirector de la PNP, Eduardo Pérez Rocha, señaló que esto contrasta con la situación de las comisarías, así como el equipo básico que necesitan los efectivos, sin balas ni patrulleros.

El exministro Juan Sheput condenó la adquisición cuando "en nuestras comisarías no hay computadoras ni combustible para patrulleros".

FERIA GASTRONÓMICA PLANEA ATRAER A 100 MIL VISITANTES, DIEZ MIL DE ELLOS CHILENOS, POR LOS EXQUISITOS POTAJES NACIONALES

LA MEJOR COMIDA DEL MUNDO

TAMALITOS, CUY, ADOBO Y PICANTE

Con motivo de Fiestas Patrias se realizarán otras actividades de comida tradicional en Lima y Huancayo

POR: ISABEL MEDINA

Las Fiestas Patrias se festejan con lo mejor de la cocina peruana. Muchos viajarán, otros se quedarán en Lima, y hay opciones para todos.

La feria más grande, 'Perú Mucho Gusto', espera desde mañana y hasta el 28 de julio en Tacna (Parque Perú de Pocollay) a más de cien mil visitantes, entre ellos diez mil chilenos atraídos por los sabores peruanos.

La 'reina de los tamales', Magaly Silva (Lima), estará con sus tamales y carapulcra; el cuy a la brasa y cordero a la piedra en Las Tinajas del Conde (Moquegua), y entre anfitriones el adobo y el picante tacneño de Costa Verde de María López.



Habrá cebiche con el campeón de Rico Chimbote (Áncash), el de almejas azules de Un Cebichito (Tacna), "que es producto de mar y con mucha identidad", dijo a Trome Tito Trabucco, quien hará coctel de langostinos. También habrá cabrito con tamal verde de Juanjos (Piura), chaufa de quinua con trucha de QuinuaQ (Ayacucho), tacacho con cecina y chorizo de Meribá (Huánuco). Preparaciones al batán como papa a la huancaína de Said Tacure y ocopa de Picantería Las Pastoras. Y sanguchones: pan con pejerrey de El Comedor (Callao), sánguche playa de Rico Chimbote, el de pollada de Cautiva Barra Criolla (Tacna), y cervezas de quinua, de maíz morado y más.

HUANCAYO Y LIMA

En Huancayo hasta el 28 de julio la feria 'Qué Rico Perú' en Parque Zonal de Coto Coto, con papa a la huancaína al batán, leche de tunche, cebiche de cushuru y panes locales. En Lima: Feria de la Peruanidad (Campo de Marte) con desayunos regionales, platos típicos y artesanías. Y desde el fin de semana 'Que Viva el Perú Fest' (San Borja) con platos típicos, 'causa por Perú', y Festival de Panes y Postres (pasaje Porta, Miraflores).

SEPA QUE... En todas ingreso gratuito. Perú Mucho Gusto innova con 'rutas gastronómicas' en la feria, sugeridas por el chef Flavio Solórzano.

EMPRENDEDOR EN ESTADOS UNIDOS

Peruano recibe el Tumi USA por arte culinario

Con trabajo y esfuerzo muchos peruanos han emigrado a Estados Unidos y logrado abrirse camino laboral allá. Uno de ellos, el chef Guillermo Wong, ha recibido el Tumi USA Awards.

Wong llegó a Estados Unidos a los 18 años. Fue mesero, ayudante de cocina, bartender, y regresó al país para estudiar cocina. Luego volvió a Nueva Jersey donde con emprendimientos (restaurante, catering) se abrió camino en la cocina fusión. Ha tenido reconocimientos y el más reciente es el Tumi USA Awards, categoría 'Arte Culinario'.

A su vez, la comunicadora Gabriela Salinas, quien trabajó en producciones peruanas, está próxima a recibir el Tumi de Oro por difusión de la cultura y gastronomía peruana. "En Estados Unidos fui productora del documental 'Machu Picchu, La Joya del Emperador', y de Sabor & Fusión", detalló.

GUILLERMO WONG

MAYORÍA EN BUSES INTERPROVINCIALES

Miles viajarán en familia por fiestas

En estos feriados casi un 52% de viajeros peruanos saldrá en familia o en pareja, según el estudio 'Impacto Económico del Feriado de Fiestas Patrias 2025'. La mayoría preferirá hacerlo en bus interprovincial (64.1%) y en menor medida con vehículo propio, de familiar o amigo, o en avión.

Tienen como motivos: visita a familiares y amigos, recreación, vacaciones y otros, y su gasto promedio por persona sería de 445 soles.

Para viaje hay herramientas y apps de ayuda: TripAdvisor, Airbnb, Google Maps (sugiere rutas, ubica restaurantes, museos), Google Nowcasting (actualiza pronósticos de precipitación cada 15 minutos) y otras. (I. Medina)



AMAZONÍA

Bandera más grande

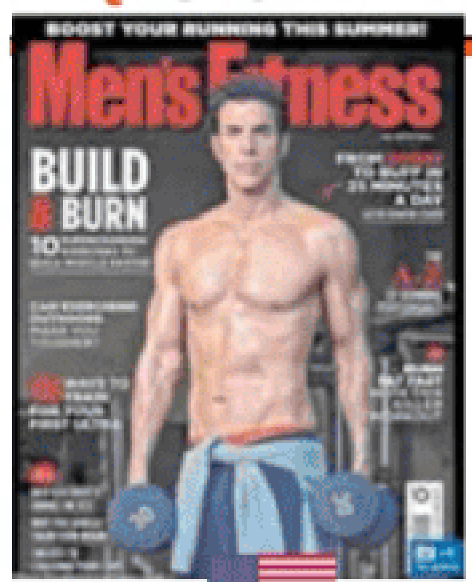
Tingo María desplegó la bandera más grande de la Amazonía, de 50 metros de largo por 12 de ancho, sobre el río Huallaga, en Huánuco, por el 204° aniversario de la independencia. La ceremonia incluyó un pasacalle motorizado de motociclistas que formaron los colores patrios, escenificaciones históricas en honor a José Olaya y un recorrido fluvial con policías nadando en el río. El acto final en el Puente Corpac congregó a autoridades y ciudadanos, reforzando la identidad local.

HASTA 14 GRADOS

Saquen más chompas que se viene el frío



El frío vuelve a sentirse con fuerza en la capital. Según el Senamhi, Lima registrará temperaturas mínimas de 14°C y máximas que apenas alcanzarán los 19°C durante los próximos días. Se espera cielo nublado, neblina por las mañanas y noches frescas, sobre todo en los distritos cercanos al mar. La sensación térmica será aún más baja por la humedad y posibles lloviznas ligeras. Se recomienda usar ropa abrigadora y evitar cambios bruscos de temperatura. El clima se mantendría así hasta inicios de la próxima semana.



EE.UU.

Borat se transforma en Mefisto

Sacha Baron Cohen, el actor de Borat, aparece con algo nuevo. El actor, de 53 años, tuvo una transformación sobrehumana al ingresar al universo Marvel como un demonio atractivo: Mefisto.

Sacha parecía muy diferente al mostrar su transformación en el nuevo número de Men's Fitness UK. El actor reveló que Matthew McConaughey le dio el número de teléfono del entrenador de celebridades Alfonso Moretti.

ANTES



EE.UU.

Asteroide de 15 pisos pasará cerca de la Tierra

Un asteroide del tamaño de la Torre Inclinada de Pisa o de un edificio de quince pisos fue avistado pocos días antes de que pase cerca de la Tierra.

La NASA anunció que se espera que el asteroide 2025 OW pase a 393 mil millas de la Tierra el lunes 28 de julio.

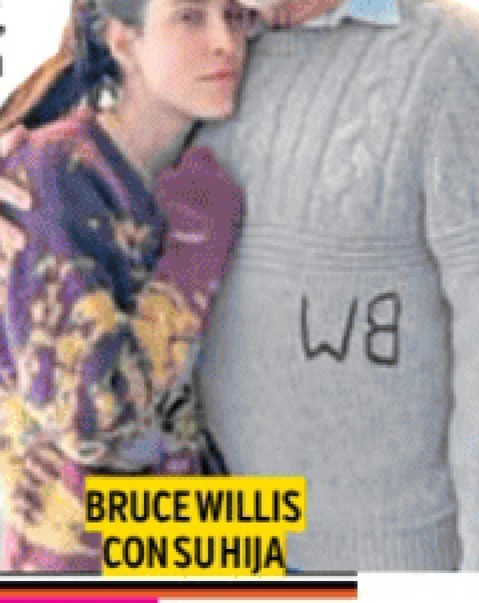
En realidad, es uno de los cinco asteroides que el Laboratorio de Propulsión a Chorro (JPL) de la NASA anunció que pasará cerca de la Tierra durante la próxima semana.

EE.UU.

Duro de matar ya no habla, no lee ni camina

La salud del actor de 'Duro de matar', Bruce Willis, se deteriora más. Según la prensa, la estrella de Hollywood ya no puede hablar, leer ni caminar. Su familia no confirmó nada.

El exesposo de Demi Moore tiene demencia frontotemporal, que afecta áreas del cerebro relacionadas con el comportamiento, la personalidad y el lenguaje. Es diferente de la enfermedad de Alzheimer y suele aparecer a una edad más temprana.



BRUCE WILLIS CON SU HIJA

ANDREA CEVALLOS LA ROMPE CON SU NEGOCIO DE DULCES EN ESTADOS UNIDOS

REINA DEL REGUETÓN

IVY QUEEN HINCHA DE POSTRES DE CHEF PERUANA

Cantante portorriqueña alabó su 'Merequetengue' y 'Maracuyea', y desde esa vez los pedidos vuelan

'IVY QUEEN'

POR: KATTY GINES

Hace unos días, las redes sociales estallaron luego que la 'reina del reguetón', Ivy Queen, posteara y recomendara los postres hechos por la pastelera peruana Andrea Cevallos, dueña de Bakin' Gods, un exitoso negocio de dulces peruanos en los Estados Unidos.

Andrea estudió gastronomía en Le Cordon Bleu, pero la cocina la llegó a saturar tanto que decidió tomarse un descanso y viajar a Estados Unidos para estudiar y trabajar. En el camino subía contenidos a las plataformas digitales y ganó muchos seguidores.

"Estudiaba y trabajaba. Y me daba tiempo para hacer tortas que me pedían mis seguidores. Muchos me pedían porciones, así que opté por esto, sin imaginar que me dedicaría de lleno a este negocio porque las ventas fueron en aumento", detalla. Su objetivo es llevar la pastelería peruana a todo el mundo. El camino no ha sido fácil, pues tuvo que aprender a crear un buen equipo de trabajo.

Actualmente vive en Utah y hace envíos a todos los estados, con pedidos a través de su página web y redes sociales.

Un día, las redes sociales explotaron. Andrea no sabía por qué la gente la estaba etiquetando. Al ver sus historias se dio cuenta de que la cantante puertorriqueña más famosa de reguetón, Ivy Queen, había posteado los postres que ella hace, como el 'Merequetengue' (suspiros de merengue crocante) y la torta tradicional con manjar de olla con fudge, y el 'Maracuyea' (maracuyá con merengue y cake de vainilla).

"Miré la lista de pedidos y estaba Ivy Queen, me emocioné porque habla muy bien de nosotros y le encantaron los dulces Aproveché para hacer un reel y colocarlo en mis plataformas para que más gente lo vea. Ahora tenemos más seguidores y hay más ventas".

LE DISPARÓ A LA CABEZA

'Gota a gota' balea a mamita ambulante

Grave se encuentra una comerciante ambulante después que pistoleros la atacaron a balazos cuando estaba en su carretilla de venta, en la cuadra 10 de la avenida Venezuela, en Breña. María Benítez Castillo tiene pronóstico reservado en una cama del hospital Loayza con una herida de bala en la cabeza.

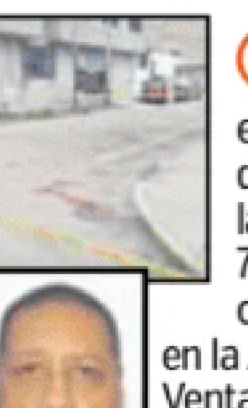


Según testigos, gatilleros se acercaron a su víctima y le dispararon cuando ofrecía prendas para el invierno como guantes, chalinas de lana y pijamas.

El atentado estaría relacionado con la extorsión en la modalidad del préstamo 'gota a gota'. Ella era presionada para pagar una deuda que ya habría cancelado con intereses. (E. Cirilo)

FUE REGIDOR

Lo matan a tiros en Ventanilla

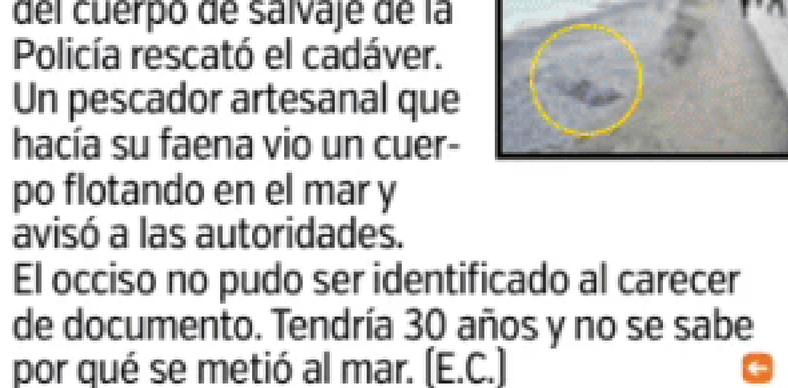


A plena luz del día, un sicario mató a balazos al exregidor de la Municipalidad de Ventanilla, Juan Bautista de la Cruz Mieses (63). Fue a las 7:40 de la mañana en el cruce de la calle 28 y la avenida C, en la Asociación de Pobladores de Ventanilla. El asesino llegó en moto y luego abandonó el vehículo. La víctima fue regidor durante la gestión de Pedro Spadaro. (E.C.)

NO LO IDENTIFICAN

Se ahoga en playa de Miraflores

Un hombre murió ahogado en una playa de Miraflores y personal del cuerpo de salvaje de la Policía rescató el cadáver. Un pescador artesanal que hacía su faena vio un cuerpo flotando en el mar y avisó a las autoridades.



El occiso no pudo ser identificado al carecer de documento. Tendría 30 años y no se sabe por qué se metió al mar. (E.C.)





VESTIDO PARA LA GLORIA

CORAZÓN BLANCO Y ROJO

Alianza Lima dio otra lección de historia y con la misma camiseta que eliminó a Boca Juniors ahora sacó a Gremio. Barcos marcó un golazo y con 10 hombres los íntimos lograron el 1-1

Porto Alegre.- Señor vendedor, deme 10 mil de esas camisetas blancas, con tonitos azules, que traen corazón en el pecho, coraje a los lados y valentía en la espalda. Quiero vestir de gloria y decirle a la historia que otra vez Alianza Lima lo hizo. Si en febrero fue Boca Juniors, en este julio patrio se 'bajó' a Gremio también de visita y con el 1-1, sumado a la victoria 2-0 en Matute, pasó a octavos de final de la Copa Sudamericana.

Los íntimos usaron la misma elástica de la 'Bombonera' y fueron igual de fuertes en el 'Arena do Gremio'. Como un equipo viejo que corre como joven, defiende como experto y piensa como sabio. Los victorianos pasaron sin sobresaltos los primeros 45 minutos. No atacando más que con dos tiros lejanos de Kevin Quevedo, pero envueltos en la seguridad de Guillermo Enrique y Miguel Trauco a los costados y los 'Leones', porque ahora son dos, que en la zaga llevan los apellidos Zambrano y Garcés.

La emoción compró boleto para el segundo tiempo y allí, por un pequeño error de marca en un córner, terminó en el gol de Gustavo Martins. Eran los 56' y algunos pensaron que el sueño se derrumbaba. Pero no, Alianza jamás se acobardó ante un cuadro que cuesta 100 millones de euros y, ahí nomás, casi lo empata con un tiro de Kevin Quevedo que sacó el portero Thiago Volpi (66'). Entonces, esa camiseta blanca aumentó en sudor con cada despeje, cada fallo del rival, como el tiro al poste de André Henrique (75') y se pegó tanto a la piel que se volvió escudo y lanza. El reloj avanzaba, Gremio quería empatar la serie por fuerza, pero con fuerza le contestaron. Para aumentar el dramatismo, Guillermo Viscarra se mandó una atajada espectacular ante Martin Braithwaite en 83' y a los 90' Carlos Zambrano fue expulsado por una necesaria falta de último recurso. Pero quedaba lo más lindo, lo más inolvidable. Y quien más que Hernán Barcos para castigar a su exclub a los 96'. Tomando un maravilloso pase de Fernando Gaibor y acariciando la pelota, casi rozándola para que tome rumbo a la red ante la salida de Volpi. Luego su celebración fue con las manos atrás en la inocencia más culpable de la felicidad.

Esto es Alianza Lima. Vamos por esa camiseta. Vistamos de historia, abracemos la gloria.

DATAZOS

EL ÚLTIMO EQUIPO que había eliminado a un cuadro brasileño de visita fue Melgar a Internacional por penales en 2022.

LOS BLANQUIAZULES sumaron su cuarto 'mata-mata' a doble partido ganado este 2025, un récord para el club.

ALIANZA ACUMULA 16 partidos internacionales en la temporada, algo que nunca alcanzó.

BARCOS X TRES

> "Esto es por la unión del grupo, el convencimiento de lo que tenemos que hacer, de la camiseta que representamos"

> "Era lo que veníamos a buscar, sabíamos que iba a ser difícil. Tuvimos personalidad, jugamos un gran partido"

> "Feliz del reconocimiento de la gente, si uno se ganó algo en la carrera es el respeto y eso vale más que cualquier cosa"

ALINEACIONES

Gremio	1	Alianza Lima	1
Thiago Volpi	5	Viscarra	7
G. Martins	6	Enrique	7
Kannemann	5	Zambrano	7
Wagner	5	Garcés	7
Marlon	6	Trauco	7
Villasanti	5	Noriega	6
Dodi	4	Gaibor	7
Alysson	4	Peña	7
Riquelme	5	E. Castillo	5
Olivera	4	Quevedo	5
Braithwaite	5	Guerrero	5
DT: M. Menezes		**DT:** N. Gorosito	

Árbitro: Darío Herrera (ARG/bien).
Cambios: A. Henrique (6) x Olivera, Edenilson (4) x Villasanti, C. Pavón (5) x G. Martins, F. Amuzu (sp) x Alysson (GRE). H. Barcos (7) x Guerrero, J. Castillo (6) x Peña, J.P. Archimbaud (5) x Quevedo, J. Estrada (sp) x E. Castillo (AL).



✱HERNÁN BARCOS ES EL MÁXIMO ANOTADOR (20) EN LA HISTORIA DE LA SUDAMERICANA

PIRATA ALEGRE

Porto Alegre.- Entró en la historia. Hernán Barcos llegó para instalarse en los corazones 'Blanquiazules'. Ayer, como tantas veces en los últimos 5 años, volvió a decir presente y provocar que los 'íntimos' sigan adelante en la Copa Sudamericana. El argentino nacionalizado peruano suma una nueva condecoración a su romance con el gol. Con el festejo de anoche suma 20 goles y pasa a ser el máximo anotador en la historia de este campeonato. Dejando atrás al uruguayo Gonzalo Mastriani (32 años), con 19 anotaciones, actual delantero del Botafogo de Brasil.



✱ALIANZA SE 'TUMBÓ' A DOS CAMPEONES DEL MUNDO Y RECIBIRÁ 600 MIL COCOS

PLOMO Y PLATA

Porto Alegre.- Negocio económico y deportivo. Alianza Lima con el 1-1 ante Gremio avanzó a los octavos de final de la Sudamericana, donde enfrentará a Universidad Católica de Ecuador. El 13 de agosto recibe a los norteños en Matute y esa taquilla será integra para la institución 'íntima'. Por seguir en este torneo, la Conmebol le entregará la suma de 600 mil dólares; además, el equipo está convencido de que puede lograr todo, porque ya ostenta dos récords en el 2025: Eliminó a Boca Juniors, campeón Intercontinental, y Gremio, que también levantó ese trofeo.



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **MERECIDA LA CLASIFICACIÓN DE ALIANZA LIMA** a octavos de final de la Copa Sudamericana. Por juego, posesión, resultados (ida y vuelta) y huevos. No me vengan con que ese Gremio es el peor de su historia. Consiguió el pase en Porto Alegre y otra vez se tumbó a otro campeón de la Libertadores y del mundo en su mismo patio. Ayer defendió correctamente y hubo dos acciones claras para lograr el objetivo: La roja de Carlos Zambrano y el golazo de Hernán Barcos. Si el 'León' no cometía esa falta, ahorita estuviéramos renegando porque el danés Martin Braithwaite se iba derechito al arco en el minuto 90. La definición del 'Pirata' es para ponerla en un marco. Allí puso toda su experiencia al servicio de la mitad más uno. El equipo de 'Pipo' Gorosito muestra oficio y está repitiendo las actuaciones históricas de Cienciano en el 2003. Sí, señores... **YA SÉ POR QUÉ SACARON** del Rímac a un marcador. Dizque el patita es especialista brindando, le encanta pasar el día con la chela en la mano, y eso al brasileño y al 'Diamante' los hacía volar. Con dos botellas en la cabeza, al muchacho le entraba la 'lora'. El chamaco es talentoso, pero debe arreglarse si busca destacar. Curuju... **ASÍ QUE EL 'MÁGICO',** quien fue figura en Alianza, 'U' y otros clubes, está siendo maltratado en Ica. Desde el 2023 fue contratado por el gobierno regional para que busque nuevos valores en la zona. Armó un equipo de puros chibolitos de los barrios de la ciudad, los hizo participar en varios campeonatos, ganar torneos y, sin aviso, le metieron una patada en el popó. Lo peor de todo es no le pagaron su sueldo, vacaciones, ni los meses que le debían. Así no es... Me voy, soy fuga.

SE CREEN PALOMILLAS



✱DT Jorg Fossati y director deportiv Álvaro B renuncia a sus car si la Sun nombra administ que no s la confia del salien Jean Ferr

Juntos para seguir o partir. Universitario de Deportes debutó en el Clausura con un triunfo claro. Superó por 3-1 a Comerciantes Unidos, está próximo a enfrentar a Palmeiras por los octavos de la Copa Libertadores, pero pese a que juega cosas importantes, el plantel no tiene paz. La Sunat nombrará en dos semanas al nuevo administrador del club y esa incertidumbre ha generado que en el interior el comando técnico, que dirige el profesor Jorge Fossati, y el director deportivo Álvaro Barco tomen una decisión. Primero, saldrían a apoyar la candidatura de Franco Velazco, abogado en la gestión de Jean Ferrari. Para el técnico y directivo, el doctor es el ideal para que todo siga como hasta ahora. Pero la segunda determinación a la que llegaron es que de ser nombrado otro de los que han postulado, ambos renunciarían a sus cargos. Todo esto se escucha en los pasillos de 'Campo Mar', donde trabaja el primer equipo y lo único que siembran es incertidumbre entre los jugadores, que no saben qué posición tomar y sienten que pueden llegar cambios que no sean beneficiosos, y eso genera angustia.

Estamos hablando de una entidad del Estado que es la que nombra al fu administrad mí no me res todo esto, me preocupa Soy un simpl empleado qu me contrató la gestión qu está saliendo
Jorge Fossat entrenador d la 'U'

DATAZO
✱**ALEX VALERA** se recuperó de su molestia lumbar y quedó listo para jugar el fin de semana ante Cienciano en el Cusco.

GIANFRANQUEZA

HUMILDAD CHÁVEZ

Cuestión de creer en sí mismo. Gianfranco Chávez es parte de la lista de los 7 jugadores que Sporting Cristal decidió prescindir para el Clausura. Los otros seis fueron aceptando su realidad, pero él no. Pidió tener una reunión con el DT Paulo Autuori y cuando lo tuvo al frente, sabiendo que no es de la preferencia del profesor, fue claro: solicitó que lo deje entrenar con el primer equipo, que no lo margine de los partidos de práctica y con humildad y como si fuera un chico juvenil, empezar a 'llenarle' los ojos y que sea él quien decida, si así lo considera, tomarlo en cuenta en alguna oportunidad.
La propuesta ha conmovido al brasileño, ya que considera que ese tipo de pupilos siempre los quiere tener cualquier conductor de un grupo, pero no le ha dicho que puede seguir en el club, simplemente se está tomando un tiempo para darle una respuesta definitiva.
Quizás le digan que no, o quizás sí, pero el defensa central deja un buen precedente de lo que es un jugador que tiene amor propio y confianza.



Zaguero se resiste a irse de Cristal, habría pedido a Autuori que lo deje entrenar y ganarse el puesto como juvenil

> **Este es un gran plantel, hay muy buenos jugadores y quien juegue dejará todo por seguir ganando"...**
> **Miguel Araujo, zaguero de Sporting Cristal**

DATAZO

EL LUNES, DE MANERA FORMAL, un representante del León de México presentará una propuesta oficial a Sporting Cristal por el arquero Diego Enríquez.

DEJÓ EL CALLAO Y SE ARRANCÓ AL CUSCO

QUE MANERA DE HOHBERG



Cusco.- Sorpresa total. Este año venía siendo el mejor jugador del Sport Boys, era el capitán del equipo, pero para el Clausura Alejandro Hohberg decidió dejar el primer puerto y subir hasta el ande de la 'Ciudad Imperial'. Desde ayer se ha convertido en el nuevo refuerzo de Cienciano. Ha firmado hasta finales del 2027 y actualmente tiene 33 años. Todo indica que será una de las últimas camisetas que vestirá de manera profesional.

Es cuestión de acomodar números, regular cifras y firmar. Sport Boys tiene interés en contratar a Víctor Cedrón, quien tiene vínculo con ADT hasta finales del 2026. Los tarmeños han tenido una reunión con los dirigentes 'rosados', pero entre lo que ofrecen los del Callao y lo que solicitan los del club andino hay una diferencia amplia, aunque se acordó tener un segundo encuentro antes de que acabe la semana para ver si finalmente equiparan los presupuestos. Es lo único que faltaría, porque el arreglo con el volante ya está oleado y sacramentado.



SPORT BOYS Y ADT SE REUNIRÁN OTRA VEZ POR CEDRÓN

NO CUADRAN LOS NÚMEROS



RUIDÍAZ HARÁ DUPLA DE ATAQUE CON SU HERMANO YAMIR

A REVENTAR PULGAS

Piura.- Sueño cumplido. Raúl Ruidíaz renovó con Atlético Grau hasta finales del 2027 y los dirigentes, que lo tratan y cuidan como a su máxima 'estrella', le regalan la posibilidad de hacer realidad uno de sus grandes anhelos: hacer dupla con su hermano Yamir, delantero de 23 años y que en el Apertura defendió los colores de Ayacucho FC. Desde este instante, el DT Ángel David Comizzo es el indicado para prepararlos hasta el día esperado.

INVITAN A COMER A LAPADULA PARA CONVENCERLO DE FICHAR



PESCARA Y PESCADO



La Spezia.- Barriga llena, fichaje contento. Pescara hace todo lo posible para traer de vuelta a Gianluca Lapadula luego de 10 años y el encargado de convencerlo es el entrenador Vincenzo Vivarini. El DT es amigo del 'Bambino', lo llevó a ser goleador en el Teramo de la Serie C en 2015, donde anotó 21 tantos, y lo ha invitado a comer en exclusivos restaurantes varias veces para explicarle el proyecto. Además, el estratega le hace constantes videollamadas y el delantero de la 'Blanquirroja' aceptaría bajarse el sueldo para salir de Spezia y volver a ser parte del Pescara.

Marcus Rashford fue presentado en el Barcelona donde jugará un año a préstamo

Barcelona.- "Welcome", le dijeron algunos y otros "Bienvenido". Idiomas aparte, el delantero Marcus Rashford está donde siempre quiso estar y el FC Barcelona lo presentó con un contrato por una temporada, a préstamo desde Manchester United y con opción de compra por 30 millones de euros. "Es simple, quiero ganar todo. Creo que es aquí es el mejor sitio para poder obtener títulos. Es un equipo muy ambicioso y trataré de ayudar como pueda", declaró el jugador de 27 años y quien estuvo cedido en Aston Villa. Rashford se bajó el salario para poder fichar por el 'Barza' y de los 18 millones de euros de sueldo en el United, ahora percibirá 13. Además, portará la remera 14, un número que todos asocian a Johan Cruyff. "Es un número tradicional para el club. Llevar esta camiseta es un honor, estoy listo para darlo mejor", dijo quien será el segundo jugador inglés en militar en el equipo culé tras Gary Lineker.

DATAZOS

TODO EL SALARIO de Rashford lo pagará Barcelona, ya que el United se negó a aportar.

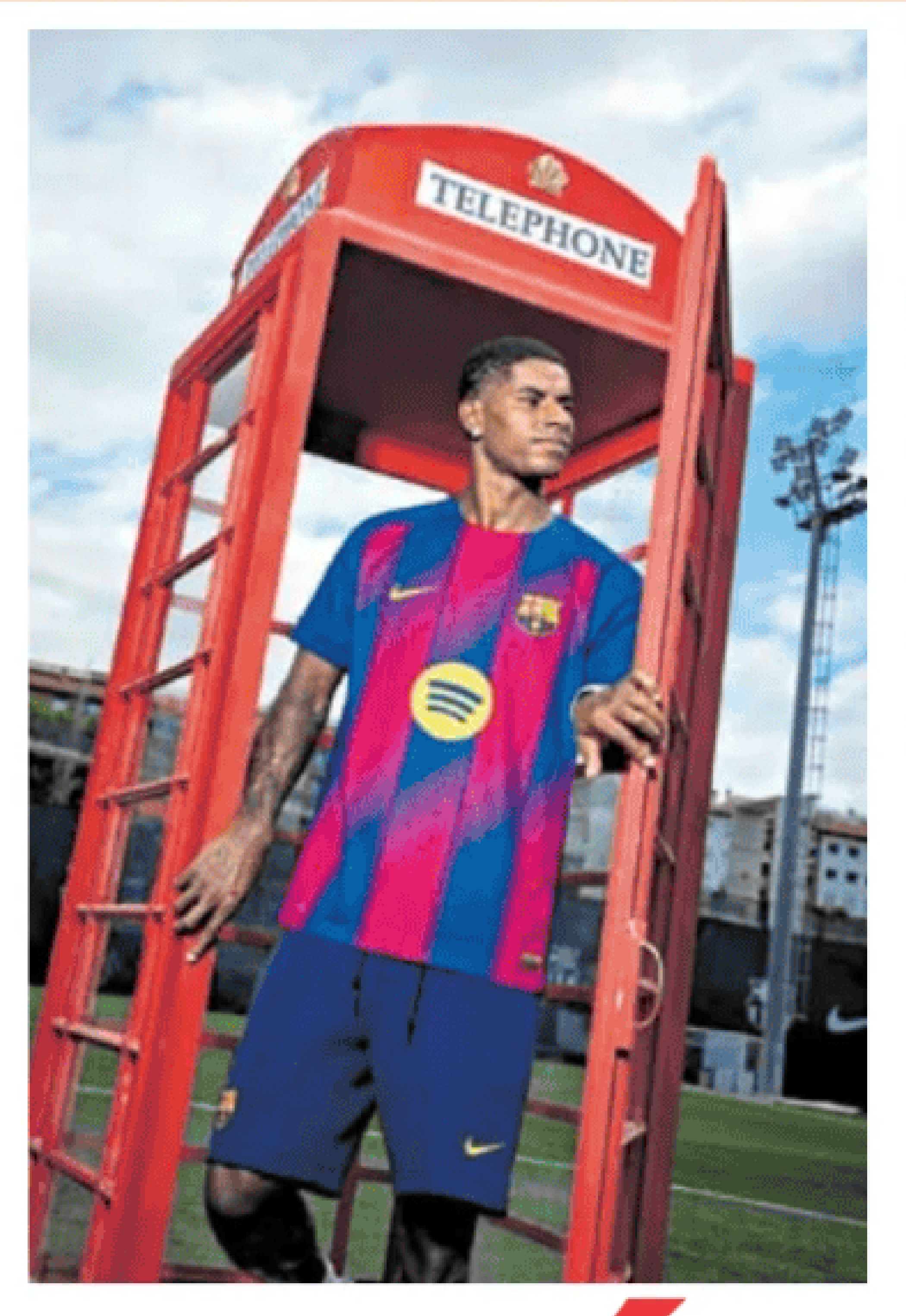
LIONEL MESSI y Jordi Alba, finalmente, no asistieron al All-Star Game y se espera saber si habrá sanción.

ATLÉTICO MADRID pagó 30 millones de euros al Feyenoord por el central Dávid Hancko, quien fue 'choteado' por Al-Nassr de 'CR7'.

LA ÚLTIMA MUJER en estar relacionada con Iker Casillas es la colombiana Juliana Pantoja.

"Trump nos dio el trofeo del MDC y nos dijo 'Levántenlo, me quedo'. ¿Quién se atrevería a decirle algo? Estaba aterrorizado"...

Marc Cucurella, lateral de Chelsea



FINO Y CON PÓLVORA

CORTE INGLÉS



CONNIE PARK

Apenas unos días después de romper con su novia Connie Grace, la estrella del Chelsea, Cole Palmer, se fue de juerga al O Beach Club de Wayne Lineker en Ibiza. Allí, el inglés fue recibido con pancartas, champagne y comida, y departió con Kiki Truman, joven de 20 años y familiar del dueño.



CERO GRASA

Mauro Icardi respondió a las críticas sobre su estado físico, posteando fotos sin polo tras ser criticado por, supuesamente, haber llegado subido de peso a la pretemporada con Galatasaray. "Después de 7 meses sin fútbol, para los haters... expectativa...", escribió con emojis de risa.

MBAPPÉ HEREDARÁ LA CAMISETA DE LUKA MODRIC

LA DIEZ EN PUNTO

Madrid.- A rey muerto, rey puesto. Con un breve '10' en sus redes sociales, Kylian Mbappé anunció que pasará a ser el dueño de esa emblemática camiseta en el Real Madrid y que, por 13 años, perteneció a Luka Modric. La última vez que el francés había llevado ese dorsal fue en el 2017 cuando jugaba en el AS Monaco, y en su selección sí le pertenece. En el PSG quien la portaba era Neymar. Con ello dejó la '9' y el cuadro blanco busca un refuerzo en el ataque que la use o, caso contrario, la podría heredar el brasileño Endrick.



COLOMBIANO SALIÓ EN VIDEO ELOGIANDO A OTAMENDI

RÍOS DE MIEDO

Lisboa.- Suena la campana. Richard Ríos y Nicolás Otamendi, quienes se pelearon en el último Argentina-Colombia por Eliminatorias, hicieron las paces ahora que el colombiano fichó por Benfica a cambio de 27 millones de euros. En un video difundido por las 'Águilas', se ve al cafetero entrando al club y Gianluca Prestianni le anticipa: "Alguien te quiere ver". Luego apareció 'Ota' con guantes de box y lo reta con la frase: "Vamos a ver quién es más viejo". El volante también se calzó los guantes, pero ambos luego lucieron abrazados con Ríos diciendo: "Capitán, vamos juntos por el Benfica".



Darinka niega venganza contra Jefferson

Darinka Ramírez, madre de la última hija de Jefferson Farfán, dijo que desea llevar la fiesta en paz con el futbolista y negó que guarde rencores o busque venganza.

"No tengo nada en contra de él (Farfán), yo siempre he querido llevar la fiesta en paz porque jamás hablé de él. Lo único que busco es lo mejor para mi hija", afirmó Darinka, quien acudió al estreno del Circo de las Estrellas con el show 'La máscara de la Carlota', en el Parque de las Leyendas.

En otro momento, Darinka precisó que cada día recibe más invitaciones públicas.

"Me agrada todo esto, es algo nuevo para mí. Además, mi hija también va a estar expuesta toda la vida por su papá, así que tiene que aprender", indicó.

Por otro lado, se refirió a su encuentro con Melissa Klug para realizar algunas activaciones publicitarias, y que le gustaría conocer a Yahaira Plasencia.

"(Melissa) me cayó superbién, tenemos hijos del mismo papá y sería bonito que se lleven bien entre hermanos. Me ha parecido una chica muy buena, pero no hay amistad, nosotros fuimos a trabajar. También podríamos coincidir más adelante, yo no tengo problemas", agregó Darinka.

Luego añadió: "A Yahaira no la conozco, pero me gusta mucho su música. Escuché la canción nueva que hizo y me provocó grabar el video, es una artista muy talentosa", señaló Darinka.

Madre de su última hija* aclara que no siente rencor contra Farfán y solo busca el bienestar de su *pequeña

trome fiesta

Chechito tuvo affaire con Leslie

El cantante Sergio Romero, 'Chechito', será el próximo invitado en 'El valor de la verdad', donde sorprenderá con sus declaraciones refiriéndose a Leslie Shaw y la 'Chinita' Xiomy Kanashiro.

A 'Chechito' le preguntan en el sillón rojo si tuvo un 'affaire' con la cantante Leslie Shaw.

"Sí, estuve con ella. Me dijo: 'Agarra con confianza'", responde.

Luego hace mención a Xiomy Kanashiro, actual pareja de Jefferson Farfán, y es verdad que estuvieron en un Airbnb.

"Ella tuvo que irse porque tenía cosas que hacer. Le dije: 'Quédate un rato más porque vamos a cenar y para compartir un rato", relata 'Chechito' en un adelanto del programa que se emitirá este domingo.

Y estuvo en un Airbnb con Xiomy Kanashiro

La Chilindrina recuerda a el 'Chavo'

María Antonieta de las Nieves, la 'Chilindrina', aseguró que haber trabajado con Roberto Gómez Bolaños, 'Chespirito', fue todo un honor en su vida.

La actriz mexicana dijo que no pudo reconciliarse con él por la disputa legal de su personaje en la famosa serie 'El Chavo del 8'; sin embargo, vive agradecida.

"Estoy orgullosa de haber trabajado con Roberto, y por todo lo que nos brindó en la etapa del 'Chavo del 8'. Hoy es un reflejo de nuestra sociedad latina y debemos recordar así su legado", dijo María Antonieta, quien este viernes debuta con su show 'Aquí está la Chilindrina' en 'El Gran Circo Estelar', ubicado en Mall del Sur.

Asegura que fue un honor haber trabajado con Gómez Bolaños

Geni siente pena por Angie

Geni Alves lamenta que Angie Jibaja no supere su problema con las adicciones y que haya perdido la oportunidad de reencontrarse con sus hijos.

"Cuando un ser humano quiere cambiar, se va a esforzar, pero no vemos eso en ella. Al contrario, se nota que está actuando de mala manera. Es lamentable que siga en ese círculo, los vicios son complicados y ha recaído. Me da pena", precisó Alves.

Es más, señala que Angie debería estar agradecida con Romina Gachoy por criar y amar a sus hijos. "Romina quiere a sus hijos como si fueran suyos. Angie está reclamando el dinero que antes gastó, pero debería pensar mejor porque desde hace muchos años que Jean Paul Santa María está a cargo de sus hijos", agregó. (L.G.)

Dice que no puede superar sus adicciones

Greissy feliz con Randol

Niega rumores de una crisis en su relación

Greissy Ortega y Randol Pastor negaron que estén pasando por una crisis de pareja, tal como se especula.

"No sé de dónde salen esos rumores de crisis; al contrario, estamos superbién, felices y disfrutando una etapa hermosa de padres con el nacimiento de nuestro bebé. La gente siempre quiere ver terminar a las parejas que están estables, pero nosotros seguimos juntos y disfrutando de nuestros hijos. Randol lo que menos quiere es separarse de su familia, se preocupa mucho por mí y mis hijos", precisó Ortega.

A su vez, él aseguró que su relación con Greissy está muy sólida.

"Estamos muy unidos con nuestra familia, disfrutando de nuestro bebé recién nacido y los hijos. La gente está inventando cosas que no son, siempre hay mala vibra", agregó. (L.G.)

Pashi Pashi: Pasé hambre, frío y lloré mucho

Venezolana relata los **duros siete días** que vivió para llegar de su **país al Perú**

La venezolana Pashi Pashi reveló en 'Café con la Chévez' la travesía que vivió para llegar al Perú, caminando por siete días. Además, contó cómo se transformó en la 'Reina de las pichangas' y que se encuentra enamorada.

"Fueron siete días de viaje desde Venezuela, comí muy poco. Eso fue una odisea, pasé por muchos lugares horribles; por platanales, tuve que esconderme de Migraciones porque estaba entrando ilegal, no tenía pasaporte.

¿Qué cosas pasaste?

Entre Colombia y Ecuador, pues frío, hambre, sueño, lloré mucho y cuando llegué aquí a Perú fueron casi dos días durmiendo. Estuve varios meses llorando por mi familia, mi mamá, mi hija, porque no es fácil.

En ese trance, ¿alguien se quiso sobrepasar?

Sí, había uno de los trocheros que me dio demasiado miedo. Gracias a Dios no andaba sola.

¿Cómo das el salto para convertirte en imagen deportiva de las pichangas?

Fue un proceso, pues yo empecé vendiendo chocolates, arepas, empanadas, tizana, café.

¿En dónde?

En Independencia, Los Olivos. Comencé con Sacha Sport Life, me llevaron a un campeonato en Manchay. Luego me hice conocida en el Mundialito de El Porvenir y nunca me faltó trabajo los fines de semana como madrina.

Luego a la televisión...

Se hizo viral un video y el Chino de 'En boca de todos' me escribe y llegué al programa. Y ahí se fueron abriendo otras puertas en diversos programas, me bautizaron como la 'Reina de las pichangas'.

¿Estás enamorada?

Ya tengo un año de relación. Él radica en Estados Unidos, se fue a los 17 años, pero viene una vez por mes.

¿Cómo te conquistó?

Me conoció por las redes, supo que trabajaba en JB y empezaron los detalles, los regalos.

¿Te mandó regalos?

Flores, detalles bonitos. Nos conocimos a los tres meses e hicimos química, me pareció chévere, un caballero, muy respetuoso, y nos dimos la oportunidad. Ya tenemos un añito y me va muy bien con él.

Dorita hace esperar a Jerson

Le pidió volver a ser su enamorada

Dorita Orbegoso se encuentra analizando la propuesta de su expareja Jerson Reyes, quien mediante un obsequio le pidió retomar su relación. El exarquero le envió una sortija que lleva una esmeralda con el mensaje: "He tenido tiempo para pensar, para entender y valorar lo que tuvimos. Hoy vengo a decirte con el corazón en la mano, ¿quieres volver a ser mi enamorada?".

Ante esto, Dorita comentó que eso fue un regalo. "Es solo un regalo por mi cumpleaños, sí recibí la esmeralda, pero aún no le respondo", contó.

¿Le vas a dar el sí?

Me han puesto plazo hasta fin de mes para dar una respuesta, lo estoy pensando. (J. Lino)



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles los últimos chismes de Chollywood... **MELLISA KLUG** se encuentra feliz porque su amorcito **JESÚS BARCO** regresó a la Liga 1 y ahora jugará por Alianza Universidad de Huánuco. Buena... La salsera **YAHAIRA PLASENCIA** viajó ayer a Europa para realizar unos shows por Fiestas Patrias y dice que le desea lo mejor a **JAIR MENDOZA,** quien fue captado haciendo el mercado con una nueva pareja. Ayayayyy...

MACARENA VÉLEZ no suelta ni un segundo a su novio, el argentino **JUAN ICHAZO,** y lo acompaña hasta a las pichangas. Ya puesssss... La empresaria **ALE VENTURO** negó que se encuentre en crisis con el 'Gato' **CUBA** porque viajó sola a Estados Unidos y aclaró que él no fue porque está entrenando. Hummm... **CARLONCHO** jura que está solterito, pero dijo que le encantaría encontrar su 'media naranja'. ¿Hará casting?... **KARLA TARAZONA y CHRISTIAN DOMÍNGUEZ** comentaron que cumplieron su sueño al conocer en persona a la 'Chilindrina', a quien fueron a entrevistar para su programa 'Préndete'... Bueno, soy fuga porque mi amorcito acaba de tomar su maca y va a estar caliente toda la noche... Suuuaaaveee.

Magaly: Mi esposo tiene derecho a defenderse

Magaly Medina recalcó que su esposo, el notario Alfredo Zambrano, está en su derecho de defenderse luego que le envió una carta notarial a Janet Barboza pidiéndole que se retracte de los comentarios que hizo en el podcast 'Katty con Kalle', pues no puede permitir que cualquier 'improvisada' dañe su imagen y reputación.

Magaly, vi que el señor Zambrano le envió carta notarial a Janet Barboza, pero parece que no se va a retractar...

En ese tema no tengo nada que ver. Él es un notario reconocido por su integridad que se encarga de dar fe y no puede permitir que, por fastidiarme a mí, manchen su honor y reputación. Tiene una impecable trayectoria de 26 años como notario y no va a permitir que improvisadas le adjudiquen delitos que no ha cometido. Hay personas que en su ignorancia no pueden tolerar que somos un matrimonio feliz y que mi esposo no es un 'carga carteras'. Su dinero se lo gana decentemente trabajando muchísimo. Es un provinciano emprendedor que se hizo de abajo. Es algo que admiro de él.

✖ Llama improvisada a Janet y señala que **'por fastidiarme** a mí manchan su **honor'**

¿Tomará otra acción legal?

Él tiene derecho a demandar si siente que su reputación y profesionalismo están en tela de juicio por gente irresponsable.

Magaly, la cantante Yahaira Plasencia comentó que iba a demandarte. ¿Esta diligencia prosperó?

No lo sé. mis abogados están viendo ese caso, porque consideramos antiético que quien fuera mi abogado (el doctor Paredes Yataco) por varios años se presente como su defensor legal...

Deben ser agotadores estos temas legales, Farfán apela siempre...

Es parte de mi trabajo y hace tiempo que lo tengo asumido. (Carla Chévez)



Deysi Araujo contó que está disfrutando de sus vacaciones por Europa junto a Susy Díaz y asegura que no necesita de un 'padrino' que les pague el viaje.

"Nos estamos engriendo con nuestro dinero, no necesitamos del auspicio de nadie. He visitado Suiza, Turquía, ahora estamos en Alemania, estoy cumpliendo mis sueños. Nos falta París y luego regresamos a Perú. La estamos pasando superbién, hay muchos galanes detrás de nosotras", dijo Deysi. (L.G.)

✖ Pasea con Susy por Europa



Jonathan Maicelo mostró su rechazo al fallo que dio el Décimo Primer Juzgado Penal Unipersonal de Lima, quien lo sentenció a un año y ocho meses de pena privativa y terapia psicológica, tras la denuncia por agresión que le hizo Samantha Batallanos. "He apelado (la sentencia) porque me considero inocente de todo lo que ella me está acusando. Ha sido bastante desproporcional (la sentencia). Yo he sido muy bueno con ella, muy amoroso, cariñoso, respetuoso y siempre la he protegido", precisó Maicelo. (L.G.)

✖ Tras sentencia por denuncia de Samantha Batallanos



Mira Antonio...ya te dejamos trabajar...desde tu inauguración...ahora te vamos a pedir..tu colaboracion..de 10.mil soles..para dejarte trabajar....ya q llegaste Ami barrio .y no tocas la puerta no conversas. .aquí ..todo el q viene a realizar un evento tiene q apoyar....tienes el transcurso del

"No es justo trabajar con temor y las autoridades no hacen nada", es el reclamo de Susan Cristan, la 'Chola Puca', quien denuncia ser víctima de los extorsionadores tras abrir las puertas de su circo en Puente Piedra.

"Tengo diez años trabajando con mi circo en Puente Piedra y nunca me han sucedido estás cosas, me están pidiendo 10 mil soles, una cantidad que ni siquiera ganamos porque no va mucha gente al circo. Estoy atemorizada por mi vida, los trabajadores y el público. Espero que las autoridades puedan hacer algo al respecto, que no nos desamparen", señaló la 'Puca'. (J.L.)

✖ Hace unos días abrió puertas de su circo

familia parejas

Finanzas

Uno de los grandes conflictos en pareja son las finanzas. Establezcan acuerdos claros: presupuesto, ahorros y gastos compartidos. Así evitan peleas.



Momentos

Construyan rituales propios. Puede ser preparar café juntos cada mañana, caminar los domingos o tener un día fijo para ver una película.



Respeten espacios

Amar no significa estar siempre juntos. Cada uno necesita tiempo para sus hobbies, metas y amistades. Respetar los espacios individuales es clave en una relación.



AMAR NO ES VIGILAR NI PROHIBIR, ES CONFIAR Y RESPETAR

CUIDADO CON EL CONTROL DISFRAZADO DE AMOR

POR: ESTEFANY VALLADARES



Cuatro señales que indican que tu relación no es tan sana ni feliz como crees, según experta

El amor sano nunca debería sentirse como una cárcel. Sin embargo, muchas veces el control se esconde detrás de gestos que parecen románticos, como la preocupación excesiva o los 'consejos' que te aíslan de tu entorno. Este tipo de conductas, aunque puedan parecer muestras de cariño, son un tipo de violencia que puede afectar tu autoestima y bienestar. "Ten presente que el amor que te controla no es amor, es miedo disfrazado de afecto. El amor de verdad no domina, acompaña, respeta y te hace crecer", menciona la psicóloga Juliana Sequera, quien explica cuatro señales de alerta.

1. TE AÍSLA DICIÉNDOTE 'POR TU BIEN'. Si tu pareja te aleja de amigos, familia o actividades que te nutren con frases como 'no te conviene juntarte con ellos', no es protección, es aislamiento emocional.

2. TE HACE SENTIR CULPABLE POR TENER LÍMITES. Cada vez que dices 'no', se ofende, se victimiza o te acusa de egoísta. El amor sano respeta tus límites, no los castiga.

3. DISFRAZA EL CONTROL DE PREOCUPACIÓN. Revisar tu celular o querer saber cada paso que das no es amor, aunque lo justifique con 'es por cuidarte'. El cuidado genuino no necesita vigilancia.

4. TODO GIRA EN TORNO AL OTRO. Tus necesidades pasan a segundo plano. Tú das, sostienes, callas... y te olvidas de ti. Recuerda que amar no significa desaparecer.

SABÍAS QUE...

Si dudas de ti misma, de tus decisiones o de tu valor, algo no está bien. Una relación que te hace sentir pequeña no es amor, es sometimiento emocional.

SOLO PARA MAYORES



Carlos Sandoval Cáceres
Médico geriatra CMP 26547

LA VITAMINA D Y LA FRAGILIDAD

Mario, un policía retirado de 78 años, fue un hombre muy robusto durante toda su vida. Acude a mi consulta porque camina muy lento y siente que ya no tiene el vigor de antes. Luego de evaluarlo se evidenció que presentaba sarcopenia: Mario era un anciano frágil. La fragilidad es un estado en el que el adulto mayor aún es independiente, pero sus reservas funcionales están muy disminuidas. Ante el primer cuadro estresante, como una infección, responde de manera inadecuada o exagerada. La fragilidad se caracteriza por una disminución de la masa muscular, conocida como sarcopenia. La persona camina muy lento, tiene poca fuerza y pierde peso de manera inexplicable. La mejor manera de prevenir y tratar la fragilidad es consumir proteínas, realizar ejercicio y tener niveles adecuados de vitamina D, ya sea mediante la exposición solar o con suplementos. Mario sale a tomar sol en el patio de su casa e ingiere 1000 unidades diarias de vitamina D.

pachogeriatra@gmail.com
Celular: 949-909-505



LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Risotto entomatado



INGREDIENTES

- 1 cda. generosa de aceite de oliva
- 1 cebolla picada finamente
- 3 tazas de arroz
- 400 g de salsa de tomate
- 1 taza de caldo de pollo
- 1 cda. de mantequilla
- 1 cda. de queso parmesano
- 3 cdas. de hojas de albahaca fresca y desmenuzadas
- Sal al gusto

PREPARACIÓN

Calienta el aceite a fuego medio en una sartén grande. Añade la cebolla y sofríela. Agrega una taza de arroz y espera que se dore. Añade la salsa de tomate y el caldo de pollo bien caliente. Cocina removiendo hasta que se absorba totalmente el líquido. Agrega las dos tazas de arroz restantes y remueve hasta que el arroz esté completamente cocido. Debe tener textura melosa. Echa la mantequilla, sal y queso parmesano. Mezcla hasta que el arroz esté cremoso. Añade las hojas de albahaca, retira del fuego y listo. Sírvelo calientito.



Con mucho esfuerzo, impulsa su tienda La 14 Market y, al mismo tiempo, inspira a otros emprendedores con consejos prácticos



DAYANNE RAVINES

LA CHIKI TIENE SU BODEGA Y BRILLA EN LAS REDES

POR: YARITZA DÍAZ

Dayanne Ravines (31) estudió diseño gráfico, pero siempre tuvo claro que quería tener algo propio. Creció viendo a sus padres administrar una panadería y, más adelante, una tienda en Villa María del Triunfo. Por eso, emprender era solo cuestión de tiempo: lo llevaba en la sangre.

En redes sociales la conocen como La Chiki y suma miles de seguidores conquistados por su carisma, espontaneidad y sentido del humor. Pero detrás de las cámaras existe otra faceta suya: la de una comerciante incansable, rodeada de abarrotes, gaseosas y jornadas sin horarios fijos.

Su bodega, La 14 Market, la abrió en su casa, en el mismo lugar donde sus padres sostuvieron el negocio familiar por más de treinta años. Aunque ya tenía nociones sobre el negocio, antes de lanzarse decidió capacitarse. **"Llevé cursos para dar el siguiente paso"**, cuenta con convicción.

Hoy, Dayanne se siente orgullosa de lo que ha construido. Su tienda se diferencia por varios aspectos: tiene sistema de autoservicio, gran variedad de productos y hasta una iniciativa solidaria que consiste en alimentar a perritos callejeros.

Además, impulsa prácticas responsables entre sus clientes, ofreciendo descuentos a quienes llevan botellas o tapas de plástico para reciclar.

La formación constante es una de sus claves, por eso creó una segunda cuenta de TikTok para compartir contenido educativo con emprendedores: desde cómo elegir productos de alta rotación hasta mejorar la atención al cliente, todo con el objetivo de que otros bodegueros se vean como verdaderos empresarios.

"Me siento más completa, creo que he encontrado mi camino. Ahora los seguidores me dicen: 'quiero hacer algo como lo tuyo, me motivas'. Entonces estoy tratando de cambiarles un poco el chip y que sean independientes", afirma. En todo este proceso, resalta, ha estado acompañada por su esposo, quien es parte fundamental del proyecto.

5 Tips PARA TRIUNFAR CON TU NEGOCIO



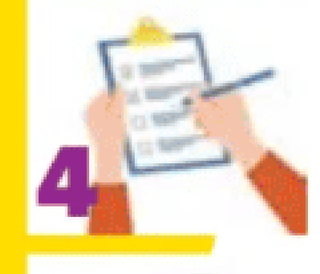
1 **ILUMINA Y ORDENA TU TIENDA**
Mantén tu negocio limpio, ordenado e iluminado para causar una buena impresión, mejorar la experiencia del cliente y aumentar tu productividad.



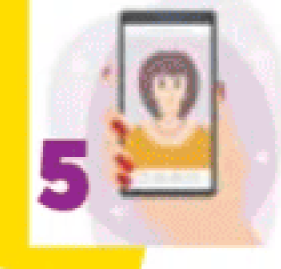
2 **PRIORIZA LA ROTACIÓN DE PRODUCTOS**
Invierte en productos que se venden rápido, como huevos, gaseosas, detergente y pan, así reduces el riesgo de perder dinero por vencimiento.



3 **EVITA FIAR**
Dar crédito puede traerte problemas de liquidez. Además, cobrar deudas suele ser tedioso y, muchas veces, conflictivo.



4 **LLEVA EL CONTROL DE TU INVENTARIO**
Con un buen control reduces costos, potencias el servicio al cliente y tomas mejores decisiones en tu emprendimiento.



5 **USA TUS REDES SOCIALES**
Haz que más personas conozcan tu negocio y los beneficios de tus productos, así atraes nuevos clientes y te capacitas en línea.

trome ESCOL

EL RECORRIDO BUSCÓ QUE LA NOTICIA LLEGARA A TODA LA POBLACIÓN

LAS CUATRO PLAZAS DE LA INDEPENDENCIA

SAN MARTÍN PROCLAMÓ LA INDEPENDENCIA DEL PERÚ **EN CUATRO PUNTOS DE LIMA** EL 28 DE JULIO DE 1821

La proclamación de la Independencia del Perú no se limitó a un único acto. El 28 de julio de 1821, José de San Martín decidió que la noticia debía llegar a todos los rincones de Lima y proclamar la Independencia del Perú en cuatro plazas representativas de la ciudad.

1



PLAZA MAYOR DE LIMA

Fue el escenario principal de la proclamación. San Martín levantó la bandera roja y blanca para declarar la Independencia del Perú, pronunciando la célebre frase: "¡El Perú es desde este momento libre e independiente por la voluntad general de los pueblos y por la justicia de su causa que Dios defiende!" y también "¡Viva la patria! ¡Viva la libertad! ¡Viva la Independencia!".

2



PLAZA DE LA MERCED

Luego, el libertador se dirigió a esta plaza, que tenía gran relevancia por su cercanía a la iglesia homónima, centro de reuniones y devoción de muchos limeños.

3

PLAZA SANTA ANA

Conocida hoy como plaza Italia, el recorrido siguió hasta este punto, que congregaba a comerciantes, artesanos y vecinos. Su objetivo era llegar a la población más popular de la ciudad.

4



PLAZA DE LA INQUISICIÓN

El recorrido concluyó en la plaza de la Inquisición, hoy plaza Bolívar, frente al edificio que albergaba al Tribunal del Santo Oficio, símbolo del poder colonial. Allí se levantó el estrado desde donde San Martín proclamó, por última vez ese día, la independencia del Perú.

curiosidades

LAS ZANAHORIAS ERAN MORADAS



¿Sabías que las zanahorias originalmente eran moradas? Hace más de mil años, en Persia y Afganistán, las primeras zanahorias cultivadas tenían tonos morados, y unas pocas eran amarillas y blancas. No fue hasta el siglo XVII que los agricultores holandeses lograron la variedad naranja que conocemos hoy, como un homenaje a la Casa de Orange, la familia real de los Países Bajos. Esta versión fue seleccionada por su sabor más dulce y su textura menos fibrosa, lo que la hizo popular en Europa y, posteriormente, en el resto del mundo. Aunque la naranja es la más común, actualmente se cultivan zanahorias de diferentes colores, como moradas, rojas y amarillas.

LA YAPA

La Plaza Mayor de Lima se ubica en el Centro Histórico y está rodeada por el Palacio de Gobierno y la Catedral de Lima. La plaza de la Merced se encuentra en la quinta cuadra del jirón de la Unión, en la intersección con el jirón Huancavelica, dentro del Damero de Pizarro. La plaza Italia está en Barrios Altos, a la altura de la cuadra 7 del jirón Huanta. Finalmente, la plaza Bolívar se sitúa en la segunda cuadra de la avenida Abancay, a tres cuadras al este de la Plaza Mayor.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿POR QUÉ SE ARRUGAN LOS DEDOS EN EL AGUA? Esto ocurre por un proceso del sistema nervioso llamado vasoconstricción, donde los vasos sanguíneos bajo la piel se contraen al contacto con el agua, provocando que la piel se pliegue. Es una adaptación evolutiva que mejora el agarre en superficies mojadas.



CÓMO SE ESCRIBE

Inmarcesible

Este adjetivo significa que algo no se marchita ni pierde valor con el tiempo. Se utiliza para describir lo eterno, imperecedero o inalterable, como la fama o el legado de una persona. Es una palabra de uso literario o formal. Ejemplo: 'Su legado artístico es inmarcesible'. También puede aplicarse a valores o sentimientos que permanecen intactos.

VALLE DE LOS GÉISERES DE CANDARAVE

El Valle de los Géiseres de Candarave, en Tacna, reúne más de 80 géiseres y pozas termales originadas por la actividad del volcán Yucamane. Está ubicado a 3500 metros sobre el nivel del mar y el agua de los géiseres brota a temperaturas que superan los 90 °C. Mientras que las pozas son aprovechadas por turistas, porque tendrían propiedades medicinales y relajantes.





CONDUCE:
DOCTOR ALBERTO TEJADA

TODOS LOS JUEVES 2 P.M. | **YOUTUBE.COM/TROMEPE** | **TIK TOK LIVE: TROMEPE**

ENTRETENIMIENTO, ESPECTÁCULOS Y EVENTOS





DEL 2 AL 7 DE SEPTIEMBRE

— COLISEO EDUARDO DIBÓS —

ticketmaster.pe BBVA

SALUD



AudiPhone
Centro Audiológico

CELEBRA
oyendo CLARO





AGENDA TU CITA HOY

SAN ISIDRO (01)410 8541
Av. Javier Prado Este 167

SANTA ANITA (01)543 9298
Av. Los Ruiseñores 476 Of. 501

LOS OLIVOS (01)782 4440
Carlos Izaguirre 1182 -1er. piso

MIRAFLORES (01)696 6573
Calle Francisco de Paula Ugarriza 813
Ofic. 201 alt. cdra. 14 de 28 de Julio

SAN MIGUEL (01)657 3009
Av. Elmer Faucett 188

S.J.LURIGANCHO (01)657 6821
Av. Pirámide del Sol 498 Urb. Zárate

TARAPOTO (042) 612 934 Jr. Bolognesi 242 (Entre Jr. Alegría Arias de Morey y Jr. Manuela Morey)
AYACUCHO (066) 282 697 Jr. Sucre N° 371 (Al costado del Colegio de Abogados y a media cuadra del Parque Calvario)
AREQUIPA (054) 299 977 Av. Ejército 107 Yanahuara
CHICLAYO (074) 222 114 Av. Santa Victoria 515
TRUJILLO (044) 308 617 Jr Independencia 179 (Frente al Excomedor UNT)
CUSCO (084) 284 572 José Gabriel Cosío 107 Urb. Magisterio (Paradero Magisterio)
TACNA (052) 638 443 Calle Blondell 425
HUANCAYO (064) 410 954 Jr. Puno 166
JULIACA 957 308 002 Jr. Ricardo Palma 456
ICA 974 334 764 Calle Azháres Lt.8 Urb.San Isidro (alt. 12 Av. San Martín)
PIURA (073) 614 798 Andrés A. Cáceres 347 (frente grifo Mega)
CAJAMARCA 913 983 032 Jirón Sor Manuela Gil 390 (frente al Ministerio Público) (frente al parque Chabuca Granda)

24 DE JULIO

SER DIVINO
DURACIÓN DE TIEMPO, SIN TÉRMINO
ABEJA (INGLÉS)
ÓMICRON, TAU
DAÑINO
HIJA DE CADMO
REUNIÓN, FIESTA
YERNO DE MAHOMA
VACUNO
DETENGA LA MARCHA
ACEPTAR LA HERENCIA
CHACÓ CON VISERA
IDÉNTICO
VIRUS DE INMUNODEFICIENCIA FELINA
... PERÓN, ... BRAUN
PUERTO DEL NORTE
EMINENTE
REINA DE TEBAS
MENSAJERA DE LOS DIOSES
"POEMA DEL MÍO ..."
JUSTAMENTE
ALFA, DELTA
CIUDAD DE LAS TEJAS
HACER COMESTIBLE UN ALIMENTO TOSTÁNDOLO
LUGAR CERCADO DONDE SE LIDIAN TOROS
AZÓFAR O LATÓN
DESCIFRES LO ESCRITO
ÉPOCAS, PERIODOS
EXISTENCIA (PLURAL)
CONSONANTE
POEMA LÍRICO
TITANIO
CLARIFICA
AVE AMERICANA
ELEVADO
GROSERO
SUFIJO AUMENTATIVO
LATERAL DE LA FRENTE
BASTANTE
CONOZCO
CLASE DE VINO
PRODUCEN ALGO NUEVO
CARABINA, ESCOPETA
ALERO
AVIÓN O BARCO
CIERVOS DE LOS PAÍSES SEPTENTRIONALES
LA GRIEGA
DECRETO DEL ZAR
TERCETO
CADENA DE HIERRO
CUNA DE ABRAHAM
PALPA
AVE EGIPCIA
DOS
FESTIVAL DE LA CANCIÓN
SALUDO AL CÉSAR
CALCIO
INCLUSO
LA ONU EN LA ALIMENTACIÓN
DÁDIVA
EN ESTE LUGAR
ALFA
VECINAS
NÍQUEL
ACTINIO
ORO (FRANCÉS)
PUESTA DEL SOL
NIÑA PEQUEÑA
MEDIA DOCENA
VENIR AL MUNDO

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. Nuevas responsabilidades harán que te sientas bien. Se inicia una etapa que será satisfactoria.


20.4 | 20.5

TAURO. La idea es cambiar, renovarse y avanzar. No te duermas en tus laureles, el tiempo pasa rápido.


21.5 | 20.6

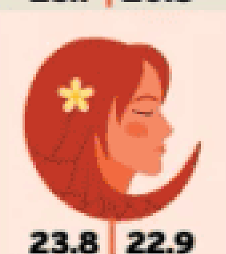
GÉMINIS. Necesitas orden y tranquilidad para poder hacer mejor tus labores. Controla ese carácter impulsivo.


21.6 | 22.7

CÁNCER. Pon más atención a tu trabajo, no des importancia a situaciones que no valen la pena. Relájate.


23.7 | 20.8

LEO. Haz volar tu imaginación y aprovecha las oportunidades. Busca nuevos ingresos económicos.


23.8 | 22.9

VIRGO. Si hay cosas que no funcionan correctamente, es mejor cambiarlas. Tu magnetismo está a flor de piel.


23.9 | 22.10

LIBRA. Deja de lado lo que no te conviene y dedícate a tus asuntos. Esa persona te dará una sorpresa este jueves.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. La vida está llena de retos que debemos superar. Tienes talento, demuestra toda tu capacidad.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Vas por buen camino, ten confianza en lo que haces. Cuídate de gente malintencionada.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Intenta distraerte un poco, así aliviarás tensiones. Recibirás una comunicación importante.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Estás en una etapa de reflexión, no te culpes por acciones que no pudiste evitar. Cuida tu alimentación.


19.2 | 20.3

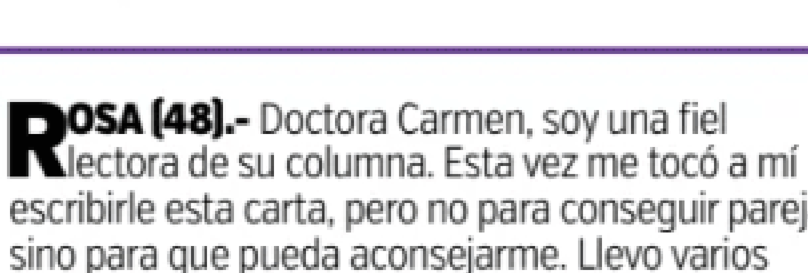
PISCIS. Te sientes vital y con madurez para tomar decisiones. Escucha con atención a tu pareja o familia.

PURAS letras

SÍMBOLOS DEL ESCUDO NACIONAL DEL PERÚ (1)

D	A	F	D	A	Z	V	D	A	T	R	E	B	I	L	A	L	S	D	R	R
V	Y	L	A	P	R	O	T	E	C	C	I	O	N	D	A	I	T	E	A	E
F	A	F	D	U	V	U	D	A	Z	V	D	A	Z	V	E	R	B	F	R	P
V	A	O	E	A	N	Z	R	D	H	V	Z	B	S	R	C	I	F	I	A	R
Z	Z	R	O	U	Z	A	A	E	A	A	D	A	R	A	L	D	Q	F	A	E
A	V	T	C	R	Q	V	P	F	P	A	B	A	N	R	A	U	C	L	D	S
F	D	A	D	A	T	E	D	E	D	L	Y	I	O	T	E	A	A	V	A	E
O	F	L	A	A	F	E	I	I	R	E	E	I	T	Z	N	M	F	A	N	N
D	A	E	V	N	Z	A	G	C	S	U	R	D	A	A	I	A	F	Z	U	T
A	Z	Z	F	A	D	E	Z	T	E	E	A	D	L	N	E	V	F	A	A	A
T	V	A	F	A	T	I	A	V	P	P	E	N	A	A	Z	N	F	A	F	L
S	F	A	D	O	D	A	N	U	D	L	S	L	A	A	N	F	L	D	A	A
E	V	Z	R	V	Z	Z	S	A	A	A	E	E	D	F	A	O	A	A	L	X
L	D	P	D	A	A	O	V	Z	A	S	Z	F	A	Ñ	F	A	I	V	E	S
E	F	F	A	D	P	D	A	Z	E	D	A	Z	U	N	V	Z	A	C	D	G
R	A	S	I	M	B	O	L	I	Z	A	V	C	F	A	U	F	A	Z	A	V
O	Z	V	A	A	F	V	O	D	R	E	I	U	Q	Z	I	S	V	Z	A	N
P	F	C	P	R	T	E	G	D	A	V	D	A	Z	V	D	A	E	F	A	Z

- **Vicuña:**
- **Campo superior**
- **izquierdo:**
- **Es el animal**
- **nacional del Perú.**
- **Representa la**
- **riqueza de la**
- **fauna peruana.**
- **Simboliza**
- **la libertad,**
- **fortaleza,**
- **y la protección**
- **de la fauna**
- **andina.**
- **Es una especie que**
- **habita en la**
- **sierra y está**
- **protegida**
- **por el Estado.**



TE AMO

TENGO MIEDO DE VOLVER A CONFIAR

Cartas: Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com

ROSA (48).- Doctora Carmen, soy una fiel lectora de su columna. Esta vez me tocó a mí escribirle esta carta, pero no para conseguir pareja, sino para que pueda aconsejarme. Llevo varios años soltera. Desde mi tormentosa separación del padre de mis hijos, no he logrado enamorarme de nadie. He aceptado invitaciones a pasear, salir al cine y a comer, pero hasta ahí llega mi entusiasmo. No sé si he perdido las ganas de ilusionarme con alguien o es que tengo miedo de volver a equivocarme. Mi expareja me engañó con su amiga de colegio y eso me marcó muchísimo.

DOCTORA CARMEN

Mira, hijita: Efectivamente, lo que tienes es miedo de volver a enamorarte porque crees que te engañarán y jugarán con tus sentimientos. Pero recuerda que no todos los hombres son iguales. Tienes derecho a rehacer tu vida y a ilusionarte como una adolescente. Arriba esos ánimos. **Suerte.**

TROME sudoku 463



	8	9		6			3	
		4		2		7	8	9
		3		8	4		5	
8		5	4		9	2	7	
					3	8	4	
	5					3	6	
6		8	5		2	4		
	4				6	5		

TROME SERIES

VIX

PAPÁ SOLTERO 2.0



TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 10

La serie sigue a César (Mauricio Ochmann), un ejecutivo que, tras la repentina muerte de su esposa, decide dejar su carrera para dedicarse por completo a su familia ensamblada. Debe criar a María (hija de su primer matrimonio), Ana (su hijastra), y los gemelos Miguel y Cesarín, fruto de su relación con Sandra (Ana de la Reguera).

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!

Café con la CHEVEZ

/tromepe
/tromepe
/tromepe
/tromeoficial

MÍRALA POR YOUTUBE

PASHI PASHI CUENTA SUS SECRETOS

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

CALATOS EN LOS CIRCOS



Este Búho va manejando hacia la **Redacción de Trome**, cruza la ciudad para llegar a **Pando, en San Miguel**, y se nota el ambiente de julio. Pese a que es feriado, un tráfico infernal y miles de personas que suben al vuelo a taxis colectivos y buses. Los escolares tendrán tiempo libre para irse de viaje o acudir a los diversos espectáculos que se presentan en estas fechas. Los tiempos han cambiado. Veo a casi todos los chicos, niños pequeños incluso, ensimismados frente a la pantalla del celular. Me parece bien que hayan cancelado ese llamado **'Circo de los Dioses',** donde unos calatos iban a hacer un show de striptease bajo una carpa. ¡Increíble! Y encima eran tremendos mañosones. Este columnista recuerda los circos de su niñez. Habían los de primer nivel, como el **'Ruso' o el 'Holiday on Ice'**, que era de patinaje sobre hielo en el **Coliseo Amauta.** O los populares, como el **'Modelo' o el de 'Los hermanos Fuentes Gasca'**, que se levantaban sobre terrales. Pero nada podrá reemplazar a la clásica y entrañable carpa que, a veces, aparecía remendada y parchada, como las de la avenida **Alfonso Ugarte o la plaza Grau.** La verdad es que siempre me gustó el mes de julio. Eran los años maravillosos. De pequeño, recuerdo las inmensas carpas y los extraños personajes que se instalaban cerca a nuestras casas. En nuestra inocencia, nos maravillábamos o esperábamos que saliera el gran domador para poner en **'vereda' a los temibles leones y tigres de Bengala.** Pero la realidad era completamente diferente.



Esos animales eran tratados de la manera más cruel. Estaban condenados a pasar su cautiverio en reducidas jaulas, que les ocasionaban problemas en los huesos y les hacían perder movilidad y reflejos. Además, los dopaban, **les cortaban las garras y hasta los colmillos** con tenazas para proteger al domador. En realidad, esas criaturas de Dios ya no podían atacar a nadie. Estaban tan mal alimentadas que eran incapaces de ser un peligro. Recuerdo que uno de esos circos, uno mexicano, **llegó al descampado que había hace años frente a Plaza San Miguel, donde ahora está lleno de casinos.** Recuerdo que con mi mancha nos sentábamos en el parque a escuchar embobados sus miles de historias. Eran extranjeros llegados de diferentes países. Mexicanos, rusos, rumanos, brasileños y búlgaros. Los hombres eran bondadosos y nos regalaban golosinas de sus países y hasta nos hacían entrar gratis. **Las mujeres, algunas parecían muñequitas, coqueteaban con los mayores,** a quienes mirábamos con envidia. Ellas trabajaban como equilibristas, malabaristas o modelos del domador. A veces salían en calzoncitos y se reían cuando los 'mocosos' las mirábamos extasiados. Se maravillaban también con nuestras historias, con la cultura inca. Ahora que soy mayor me doy cuenta de que ellos no trabajaban para hacerse millonarios. Tal vez en sus países de origen podían ganar más que viajando todo el tiempo, a veces en condiciones muy duras. **Pero el circo era su vida. Eran verdaderos artistas de la carpa. Muchos formaban parte de una misma familia. Papá, mamá, hijos, yernos. Todos viajaban juntos y laboraban haciendo reír** y arrancando aplausos del público. Hoy, los tiempos han cambiado. Ahora hay mucho payaso que levanta su carpa y estafa a los niños con espectáculos realmente indignos. Hasta mañosos estriptiseros. Eso sí, está prohibido el maltrato animal. Apago el televisor. *